

5月

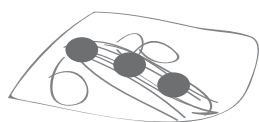
おうち de 【穂のか菜のか温・Cafe】

ホッとスパイスジンジャーレシピ

初夏の爽やかなレシピ



トマトや
ナッツのサラダ
に美味しい
カレー味の
ジンジャー
ドレッシング



人参の千切りと
ミニトマトのサラダ

「スパイス・ジンジャー
カレー・ドレッシング」



onion



carrot



GINGER

材料 2人分

- ・スパイスジンジャーシロップ
ティースプーン2杯&スライス1枚
- ・玉ねぎ 半分
- ・人参 1/4本
- ・酢 大さじ3
- ・塩&コショウ 少々
- ・オリーブオイル 大さじ3
- ・カレー粉 小さじ2
- ・胡桃 or カシューナッツ お好みで

作り方

- ①玉ねぎと人参とスパイスジンジャーシロップのスライスをみじん切りにしボールに入れ、ジンジャーシロップと酢・塩&コショウを合せます。
※玉ねぎと人参は、キッチンペーパーで水きりをします。
- ②フライパンにオリーブオイルを入れ中火で加熱し、カレー粉を入れてパチパチ音がしたら火をとめ、①のボールに入れてできあがり。ナッツ類も添えます。

ヨーグルト
と
ジンジャーの
ラッシー



「スパイス・ジンジャー
ラッシー」

材料 2人分

- ・プレーンヨーグルト 250g
- ・牛乳 250g
- ・スパイスジンジャーシロップ
ティースプーン2杯&
ジンジャースライス2枚



plain yoghurt



GINGER

作り方

- ①材料をすべてミキサーに入れ、攪拌します。
- ②氷を入れたグラスに①を注いで出来上がり。

※お好みでレモンの搾り汁を入れても美味しいです。

